

2016 年 7 月 6 日

2016 年度 14 ブロックトレセン 夏期遠征合宿報告について

14 ブロック技術部部長 青木 修

6 月 25 日、26 日の二日間、梅雨晴れの中で茨城県神栖市の波崎にて遠征合宿をおこなった。6 年生は秋のトーマスカップに向けた人選と強化テーマ「準備と判断」、5 年生は、「ポゼッション」をより浸透させ、両学年ともベースとなる選手個々の基本スキルの向上をはかり、ゲストチームを相手に真剣勝負の中でそれらを発揮できるかに取り組んだ。また、指導体制については、6 年生は A・B・C の 3 チーム、5 年生は 1 チームを組み、それぞれ組別に担当コーチを置き、選手個々目が行き届き且つ細部までこだわった指導が出来る十分な体制を整え挑むことができた。

【強化合宿テーマ】

■ 6 年生

【準備と判断】：攻守にわたり、個人として、チームとしての準備と早い予測からのプレーの強化

- ① 基礎 1：基本スキルの質向上（ファーストタッチの質、パスの質、ドリブル突破）
- ② 基礎 2：攻撃の方向を意識づけたコントロール（スクリーン&ターン、ボディシェイプ）
- ③ 基礎 3：ボールを奪う（守る意識から奪う意識へ）

■ 5 年生

【ポゼッション】：個人として、チームとしてボールを失わないプレーの強化

- ① 基礎 1：基本スキルの向上（ファーストタッチの質、パスの質、ドリブル突破）
- ② 基礎 2：攻撃の方向を意識づけたコントロール（スクリーン&ターン、ボディシェイプ）
- ③ 基礎 3：ボディコンタクトスキル（重心の置き所、球際の強さ、軸足の使い方）

【各学年、グループ担当の総評】

● 6 年 A チーム：影山コーチ（JFA C 級）

今期これまで計 3 回の練習会では「はいブレッシング」からの「ボールを奪う」ことを主眼にトレーニングをおこない、今合宿では更に「奪うための距離・タイミング」を選手に意識付け実践形式の中で強化することに注力した。その中で、A チーム選手は総合的な技術レベルは標準以上であるものの、守備においてはフィジカルやスピードで補うプレーも多く、奪うための距離や奪うべきタイミングなどやや疎かにしている点は継続課題とした。一方、攻撃においては 1 対 1 またはフリーでありながらバックパスを多用する選手も多く、視野の確保や個で状況打開するための技術習得など攻撃面での新たな課題を抽出することが出来た。また、ゴール前の攻防についてはアタッキングサードまで攻め込めるもののシュートにつながらないシーンも多く、（どのようにすればゴールを決められるか）ゴールまでのイメージを持たないフィニッシュプレーについては、今後攻撃面のトレーニングにおいて改善を進めていきたい。

6 年生はこの先 9 月に掛けて、トーマス杯に向けた選手選考をおこなうことになるが、今合宿参加選手の今の力量については十分理解を深めることが出来た。このあとの活動としては、今回欠席した東京選抜推薦選手 6 名と夏期新規加入した 16 名の選手を加え、高い動機付けをおこないながら選手が挑戦出来る機会づくりと、更なる可能性を引き出すことに努めていきたい。

● 6年Bチーム：佐々木コーチ(JFA C級)/松下コーチ (JFA C級)

☆基礎1：止める・蹴る・運ぶ

サッカーで使われる体の各箇所でのボールコントロールをする事は問題無く出来ていたと感じた。蹴る（パスの質）については、ピッチ環境の変化（芝生）への対応にはやや時間を要し、パスのずれも多く、軸足やインパクトの面を意識させることで一定程度改善することができた。ドリブル突破（運ぶ）については、ゴールへ向かう意識は高いものの数的不利な状況を自ら作り出すなど最適な判断とは言えないプレー見受けられ、観ること、そして判断に基づくプレーを選択することを改めて意識付けをおこなった。

☆基礎2：スクリーン&ターン

プレッシャーが甘い時には遠い足でのコントロールは出来ていたが、プレスの厳しい時に利き足でのプレーを選びボールを失うかキーパーへのバックパスなど、プレーの選択肢を作れず苦し紛れのプレーをせざるを得ない状況もあり、次のプレーをイメージしたファーストコントロールについて次月以降のトレーニングで改善を促していきたい。準備と予測については、準備と動き出しのスピードUPのキーワードを与え、選手自身が観て考えプレーで実践することが出来た。

☆基礎3：守備（個人・チーム）

守備については優先順位の理解はあるものの、インターセプトを狙うにあたり不用意に飛び込み交わされることが多く、状況に応じたプレーの選択には課題を残す。ファーストディフェンダーの決定についてはチーム全体で共通認識のもと判断出来ていた。オフの時にボールとマーカーの同一視野をもう一度再確認させ、DFには何を守るのかを指導した。また、不用意なラインUPとオフサイドアピールからのプレーの停止など、いわゆる判断が伴わない「クセ」は改善していきたい。

☆最後に

試合を重ねるごとにテーマとしていた基礎技術も向上し、普段あまり接する事の少ないトレセンコーチの要求事項も理解しプレーで実践することが出来る様になるなど、順応性の高さに驚くとともに私自身も学びの多い2日間とすることができた。

● 6年Cチーム：前田コーチ (JFA C級)

この合宿の軸としたのが状況判断とハードワークを主とした。まずディフェンス面では、前から積極的に追い早いプレスと全体で連動して奪う事を意識させた。ディフェンスの優先順位のパスカット、ファーストタッチなど狙う順番を徹底させ、そのパスカットを行うにあたりポジショニングの確認や、抜かれたりボールを奪われたりした選手には責任を持たせて追わせ奪い返すように指導を行った。オフェンス面では2トップや1トップなどで状況が変わる中のお互いの距離感やパスを受けるための受け方、アーリーチェック等の指導を行った。

ポゼッションについては、まだ得意な足で扱う選手が多く遠い足へ意識がいくように声かけはしましたが、声があってから行動するような感じで効果が薄かったかと思う。ファーストタッチも何を見て判断をして他に可能性は無いのか見落としてないのかという感じで質よりも判断の方に時間をかけた。

運ぶ事はもう少し横にドリブルをする様に指導をすべきだった。

全体を通しては、見る事、気付く事、考える事、想像する事、コミュニケーションをする事をさせてBチームに上げてチャレンジをさせる様にした。結果として初日から指導した選手はうまく考えれたと思うが、2日目から来て指導した選手（Aチームから移動）は半ばで終わってしまった感がある。特定の選手は良く考えて走っていたが信頼出来る人にパスを出す傾向が強く、全体が均等に疲れる様な感じはなかった。最初に数名が疲れ始めてバランスが崩れ、他も穴埋めしようとして多く走り疲れがたまる感じであった。最終日のラストゲーム残り7分ぐらいにやっと全体で守り全体で攻められるような感じで判断が出来たと思う。

● 5年生チーム：田中コーチ（JFA C級）

5年生はまだ選手同士の名前も良くわからない状況の中での合宿スタートとなり、最初のウォーミングアップではまず名前を覚えるためのコミュニケーション要素を含むメニューを取り入れた。その後は今合宿の主テーマである基本技術の向上を選手に明確に動機付けトレーニング、試合をおこなった。最初の試合では相手が6年生という事もあり、1対1の場面では足元だけでしかボールを奪いにいけず、体をあてる事を怖がっていたのが印象的であった。点を取られる場面は崩されての失点ではなく、競り負けての失点が多く、次の試合では球際の厳しさ（ボディコンタクト）やファイトする意識について修正をおこない送り出すこととした。試合間のトレーニングでは、身体のどの部分に接触し、どこが一番弱い部分なのかを身を持って体感する練習を取り入れることで、次の試合からは相手との接触にもひるまず、低い体勢から相手にぶつかりまくるボールを奪うプレーも増え足元だけでボールを奪いにいくプレーについても大きく改善することができた。

今回5年生は目先の勝利を最優先とすることはせず、1人1人が最後までやりきる中で自身の強みと弱みを選手自身が自己理解することを第一の目標としたが、そのことについては達成出来たと感じている。現5年生は個々の技術レベルや理解力も高く、トレセン活動の中でさらに可能性を引き上げることに今後も努めていきたい。またこの先トレセン選手も増えていく中で、現状に満足することなく常に高い向上心を持ちチャレンジを続けることを選手に伝え今合宿を締めくくった。

【合宿全体を通しての総評】 技術部長 青木

今年はU12リーグ戦の中休み（前期、後期の間）を利用して合宿をやってみようという事で、チャレンジした。時間の無いなか技術部スタッフが協力し、何とか合宿を行う事ができた。目的は先に記した通りであるが、選手個々の能力をより理解でき、選手一人一人に対してしっかりした指導ができたことは非常に成果があったと感じている。この総評を読んでいただき、14ブロックトレセンがどのような目的で合宿を行い、選手達に何を指導したかを少しでもご理解き、今後のチーム内での指導の一助になれば幸いである。

この時期に合宿を行った事は非常に良かったが、今回は合宿の日が東京トレセンの夏期強化選考会と重なったため、選考会に推薦した選手は参加できなかった事、茨城県の県大会と重なってしまったため県内近隣のチームを呼べなかった事などを考えると、1週間早めた時期の開催が望ましいかもしれない。

最後に、今回急なお願いにも関わらず対戦相手の選定や初日の自チームの参加など、多大なるご協力を頂いたJACPA東京FCの野口監督、大河原コーチ、JACPA選手諸君、また今回遠路よりご参加いただいたゲストチームJSC千葉様、市川トレセン様の選手スタッフの皆様、また14ブロック選手保護者、スタッフのすべての皆様に感謝いたします。本当にありがとうございました。

【合宿データ】：

実施日：2016年6月25日（土）、26日（日）
宿泊先：ホテルニュー鹿南（茨城県神栖市）専用グラウンド/天然芝2面
天候：初日 曇りのち晴れ、二日目 晴れ
対戦相手：初日 JACPA東京FC、JSC千葉、二日目 市川トレセン
参加選手：5年生 両日13名、6年生 初日23名、二日目22名
参加コーチ：6名 田中、佐々木、影山、前田、松下、青木

以上